

**Viernes
08
de abril**

Cuarto de Primaria Educación Socioemocional

De la sorpresa al asombro

Aprendizaje esperado: *distingue las diversas emociones relacionadas con la sorpresa, identifica la intensidad de cada una y cómo las puede aprovechar para su bienestar.*

Énfasis: *distingue las diversas emociones relacionadas con la sorpresa, identifica la intensidad de cada una y cómo las puede aprovechar para su bienestar.*

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás cómo puedes identificar otras emociones alrededor de la sorpresa, por ejemplo, del asombro a la sorpresa.

¿Qué hacemos?

Seguramente alguna vez te has encontrado con algún amigo o familiar y han conversado recordando las cosas importantes que han sucedido en su vida.

¿Tal vez hablaste sobre lo sucedido en la pandemia del COVID-19?

¿Y tú? ¿Cómo te enteraste del COVID-19?

Seguramente viste algunos de los reportajes más importantes que se han realizado, pues se ha entrevistado a varias personas para saber que emociones experimentaban al enfrentar la pandemia.

Pues, la pandemia no fue igual para todos ¡Algunos solo estaban encerrados y ya!
No todas las personas experimentaron una situación de la misma manera, ¿Qué te parece si viajas en el tiempo para recordar cómo fue?

¿Sabías que la Covid-19 es una enfermedad muy contagiosa y se recomienda mantenerse en casa para evitar más contagios?

Todos tenemos que permanecer en nuestras casas, sin salir, aquí pasamos de una sorpresa, a una duda y de allí al asombro.

Cuando hay una situación inesperada, como decirle a alguien una noticia desagradable o la amenaza de algún animal, lo primero que sucede es que el organismo reacciona y se pone en máxima alerta.

Lo que sucede es que la emoción del asombro es como si la atención de la persona se fuera hacia algo que le impresiona e interesa.

Y luego, de la impresión y la emoción se queda en la memoria, y puedes decidir qué hacer.

Primero no creía lo que estaba sucediendo con el COVID-19 y luego decidió que era mejor investigar para enfrentar mejor la pandemia, es decir, reguló su emoción para beneficio propio.

Interés y asombro también son emociones, por ejemplo, ¿Sabes qué es el interés?

El interés si es una emoción y consiste en qué prefieres y muestras curiosidad hacia algo o alguien, por ejemplo, si un día vas al campo y ves por primera vez un hongo muy lindo que llama tu atención, tu interés te hará buscar información para saber más acerca de su nombre, su forma, como nace, si se puede comer o no y muchas cosas más.

Todos podemos experimentar una situación sorpresiva, pero cada uno la interpreta de forma diferente según sus experiencias personales.

Por ejemplo, hay quién expresan sentir alegría y encuentran en una situación algo que les beneficia y les hace sentir bien.

¿Qué sucede en el caso de la persona que no saben qué es lo que les está pasando?

Puedes tener una sorpresa muy grande, pero luego no entiendes que pasa, tu curiosidad despierta el interés por investigar acerca de un tema, con la esperanza de comprender qué está sucediendo.

Ahora observa y escucha el siguiente cuento, termínalo en el minuto 02:35 en él se muestra cómo puedes sorprenderte y despertar tu interés con cosas muy sencillas pero sorprendentes.

1. Pequeña Mancha te enseña cómo transformarte”

<https://youtu.be/fSIXD5rXMYQ>

¿Te pareció interesante cómo Manchita logró transformarse? ¿Te gustaría hacer una actividad que te ayude a despertar tu interés y curiosidad?

Para realizarla necesitarás el siguiente material: pegamento, colores, tijeras, hojas de colores, cartulina y mucha imaginación y continuar observando el video a partir del minuto 02:35 al minuto 05:19

¡Cuántas emociones experimentaste durante la pandemia!

Para continuar con la sesión jugarás ¡De la Sorpresa al asombro!

Coloca tres círculos en el piso, cada uno con el nombre de la emoción correspondiente: sorpresa, asombro e interés.

Recuerda cómo se juega: Se dice una situación y corres a la emoción que te provoca esa situación. Por ejemplo, si dices, está temblando, ¿Qué emoción te provoca?

¿Estás lista y listo para comenzar a jugar? Que sentiste cuando te aplicaron la vacuna contra el COVID-19

Prepárate para recordar la siguiente situación. Cuando te informaron que el programa de Aprende en Casa lo veían hasta en Japón.

Te diste cuenta como todos reaccionamos de forma diferente ante una misma situación, de las situaciones que te provocan sorpresa, todos pueden obtener algún provecho.

La diferencia está en la manera en que regulas la emoción y le sacas algún provecho a tu experiencia emocional.

Ha sido muy importante entender que, si todos buscamos la forma de regular nuestras emociones y trabajamos juntos por un bien común, logramos cumplir nuestras expectativas tanto personales como sociales.

El reto de hoy:

Reto 1. Escribe en tu diario de aprecio y gratitud, ¿Qué sentiste al enterarte de la existencia del Covid-19?

Reto 2. Convive con tus familiares y jueguen de la sorpresa al asombro. ¡Diviértanse mucho!

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas

<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533116/4o-Cuaderno-OK-PNCE.pdf>